

# Ketagihan gajet jejas perkembangan anak

**Dewasa** ini, isu ketagihan gajet dalam kalangan kanak-kanak semakin membimbangkan. Hasil dapatan tinjauan Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) terbaru menunjukkan 78.3 peratus ibu bapa di Lembah Klang membenarkan anak memiliki gajet.

Ini menunjukkan majoriti begitu mudah mendapat akses kepada gajet dengan kebenaran.

Tidak dinafikan, kemunculan gajet sebagai sumber informasi berupaya menyumbang kepada kemajuan dan manfaat dalam pelbagai bidang. Bagaimanapun, ketergantungan terlalu tinggi kepada gajet boleh menyebabkan lebih banyak keburukan daripada kebaikan.

Lebih-lebih lagi, gajet kini dilihat seolah-olah mengambil-alih tempat ibu bapa dalam kalangan kanak-kanak.

Antara punca kanak-kanak ketagihan gajet kerana mereka dibiasakan dengan gajet sejak usia dinihari. Dalam sesetengah kes ekstrem, gajet diberi kepada kanak-kanak sejak masih bayi.

Benar, gajet dapat menarik perhatian kanak-kanak terutamanya dengan pelbagai video animasi yang tersedia di laman sesawang. Video bersifat pendidikan yang mengenalkan huruf dan angka juga tidak kurang banyaknya di atas talian.

Video ini menjadi pilihan kerana selain dapat meleakakan kanak-kanak, ia memberi ruang ibu bapa melepaskan lelah setelah penat bekerja, ataupun melakukan kerja rumah tanpa gangguan.

Namun penting untuk ibu bapa sedar bahawa fungsi gajet tidak



**Anak leka bermain gajet boleh** menjejaskan perkembangan minda dan pembelajaran.

(Foto Hiasan)

dapat sama sekali menggantikan peranan mereka dalam mendidik anak-anak dan menyalurkan kasih sayang kepada mereka.

Ketagihan gajet dalam kalangan kanak-kanak boleh menyumbang pelbagai kesan buruk dalam pelbagai aspek, termasuklah perkembangan mental, emosi dan kesihatan anak-anak.

Antara kesan negatif ketagihan gajet termasuklah masalah lewat bertutur akibat kurangnya komunikasi, menjejaskan kesihatan mata dan melambatkan perkembangan minda kanak-kanak.

Kanak-kanak yang terlalu obses dengan gajet juga lebih mudah diserang pelbagai penyakit seperti obesiti kerana kurangnya pergerakan sepanjang mereka

menggunakan gajet. Mereka juga lebih cenderung untuk tantrum apabila dialihkan daripada gajet.

Lebih membimbangkan, dikhuatiri mereka tidak dapat mengawal dan mengurus emosi dengan baik untuk jangka masa panjang. Keadaan ini akan menjadi lebih parah jika berterusan sehingga mereka dewasa di mana boleh akan mempengaruhi kebolehan mereka untuk bersosial.

Apa pun, masih belum terlambat bagi ibu bapa untuk membetulkan keadaan dan membantu anak-anak mereka dalam menangani masalah ketagihan gajet.

Ibu bapa sebagai guru pertama anak-anak dan contoh teladan terdekat buat mereka haruslah menunjukkan contoh terbaik ke-

pada kanak-kanak, memandangkan kanak-kanak banyak belajar melalui pemerhatian dan meniru ibu bapa mereka.

Oleh itu, sebagai langkah awal, sebaik-baiknya ibu bapa menepikan dahulu gajet apabila bersama dengan kanak-kanak dan menumpukan sepenuh perhatian kepada mereka. Dengan itu, ibu bapa dapat membuka lebih banyak ruang untuk komunikasi dua hala terjadi antara mereka dengan anak dan seterusnya mengenali anak mereka dengan lebih mendalam.

**Nur Adibah Mohd Ishadi**  
Mahasiswa Universiti Putra  
Malaysia (UPM)